

## Tipo de Asistencia de Comida:

- **Despensa de Comida e Escoger:** Los beneficiarios pueden escoger entre alimentos no perecibles y que pueden incluir frutas y vegetales frescos, carne congelada, huevos, leche y pan. Si la dispensa de alimentos a escoger tiene alimentos perecibles o no, dependerá de la capacidad de almacenar productos que requieren refrigeración
- **Servicio de Comida Preparada:** Se proveerá comida en el lugar notado, la cual puede ser caliente o fría dependiendo del lugar.
- **Comida Pre-Empacada:** La caja contiene una variedad de comida enlatada y/o se distribuirán artículos frescos. La posibilidad de recibir cajas personalizadas debido a una dieta especial, dependerá de la organización.
- **Comida con Descuento:** Variedad de artículos de comida que están disponibles a un precio reducido. Productos a escoger varían de acuerdo al lugar y a la organización.
- **Mercado Móvil:** Distribución gratuita de frutas y vegetales frescos, también puede incluir otros productos pero principalmente se distribuyen frutas y vegetales.

## Requerimientos:

- **Algunos programas requieren presentar identificación** con foto, licencia de conducir, referido, prueba de ingreso o prueba de que vive en el condado
- **Servicio Limitado a una población específica:** Algunos programas en este directorio están abiertos al público mientras otros solamente atienden poblaciones específicas como personas mayores de 60, niños, personas que no tienen hogar, etc. Por favor llame a la organización directamente para más información. information on populations served.

**Características Especiales:** Hay programas que incluyen frutas y verduras, otros que le llevan la comida a la casa; algunos ofrecen ayuda en diferentes idiomas; hay programas que le ayudan a aplicar para obtener beneficios con el gobierno, y también hay programas que ofrecen alimentos que se apegan a las restricciones de una dieta recetada por su médico.

**Otros Servicios:** Algunos programas también le pueden referir a servicios adicionales de apoyo, como ropa y cosas para la casa, ayuda con transporte y vivienda, servicios sociales y manejo de caso, ayuda para conseguir trabajo y consejería de nutrición. Por favor llame a la organización directamente para preguntar sobre servicios adicionales.

**Colaboradores** Muchas de las organizaciones en este directorio trabajan en asociación con instituciones más grandes como las siguientes:

- **Share Network:** SHARE tiene un menú cada mes que por lo general incluye 4-5 libras de carne o pescado congelados, y 8 o 9 libras de frutas y verduras frescas; y también vienen productos como arroz, frijoles, y postre entre otros. El paquete de SHARE esta disponible a cualquier persona y por \$21.00 y usted puede comprar los paquetes que quiera.
- **Manna Food Center:** El centro de comida de Maná fue creado por un grupo de proveedores de servicios para acabar con el hambre a través de la distribución de alimentos, la educación y la abogacía. En 2016, Maná proporcionó alimentos a un promedio de 3.760 familias cada mes y durante todo el año distribuyeron 2.7 millones de libras de alimentos donados, recuperados o comprados.
- **Capital Area Food Bank:** El Banco de comida del área capital, (CAFB) es la organización más grande del área metropolitana de D.C. en su lucha para combatir el hambre y la inseguridad alimentaria. En el condado de Montgomery, el CAFB trabaja en colaboración con otras 40 organizaciones y distribuyeron 6.6 millones de libras de comida en el condado en 2016.
- **Senior Nutrition Program Congregate Meal Sites:** El programa de comida en grupo para personas mayores provee comidas nutritivas a las personas mayores de 60 años y a sus esposos/as de cualquier edad. El programa también sirve a adultos con discapacidades. El almuerzo se sirve en grupo 5 días a la semana en 37 sitios, incluyendo comidas en 11 comunidades asociadas (Kosher, Coreano, Vietnamita y Chino) El programa incluye educación de nutrición, evaluación, consejería, y referidos para recibir comida directamente en su hogar. Llame al 240-777-3000 o visite el sitio de internet para obtener detalles: <http://www.montgomerycountymd.gov/HHS-Program/Resources/-Files/ADDocs/SrNutrition3-2017.pdf>

**El Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP),** conocido como el Programa de Comida Suplementaria (FSP) en Maryland, provee asistencia federal para suplementar la habilidad para comprar comida de familias con bajos recursos.

- **Para aplicar** En la web <https://mydhrbenefits.dhr.state.md.us/>, por correo o por fax. Se puede acercar a una oficina regional para aplicar en persona (ver abajo).

En distintos locales en el condado de Montgomery se podrá recibir información general, requisitos de elegibilidad para el programa, asesoría con la aplicación (incluyendo servicios de traducción) Se atiende con o sin cita. Llame al 311 para más información y para horarios de atención.

- DHHS Edificio Administrativo, 401 Hungerford Drive, Rockville
- DHHS Centro de Silver Spring, 8818 Georgia Avenue, Silver Spring
- Centro de Servicios Regionales de Upcounty, 2do Piso, 12900 Middlebrook Road, Germantown
- Centro TESS, 8513 Piney Branch Road, Silver Spring, MD 20901
- Neighborhood Service Center at Family Services, Inc., 200 Girard Street, Suite 203, Gaithersburg, MD 20877
- Neighborhood Service Center en Caridades Catolicas, McCarrick Center, 12247 Georgia Avenue, Wheaton, MD 20902

**El Programa de Mujeres, Bebés y Niños Pequeños (WIC)** provee asistencia de comida y otros servicios médicos relacionados a mujeres que están embarazadas o que hayan tenido bebés recientemente, bebés y niños menores de 5 años.

**El Programa de Nutrición del Mercado de Agricultores** permite que adultos mayores "seniors" y recipientes de WIC puedan comprar frutas, verduras y hierbas durante la temporada de cultivo en Mercados de Agricultores, puestos al lado de las carreteras y programas de agricultura apoyada por la comunidad (CSAs).

**Para aplicar:** Los solicitantes deberán aplicar en persona y deberán llamar con anticipación. Community Clinics, Inc. administra el programa WIC en 4 clínicas en el Condado de Montgomery. Para más información, visita [www.wicprograms.org/co/md-montgomery](http://www.wicprograms.org/co/md-montgomery), llama a tu Centro local de WIC or envía un correo electrónico a [wic-info@cciweb.org](mailto:wic-info@cciweb.org)

- Clínica de Germantown: 19540 Amaranth Drive, Germantown, MD 20874, 301-515-7576
- CCI Oficina Principal: 15850 Crabbs Branch Way, Suite 350, Rockville, MD 20855, 301-762-9426
- Clínica de Takoma y Langley Park: 7676 New Hampshire Avenue, Suite 220, Takoma Park, MD - 20912, 301-439-7373
- Clínica de Gaithersburg: 200 Girard Street, Suite 212B, Gaithersburg, MD 20877, 301-840-8339

## OTROS PROGRAMAS

Además de los programas y proveedores en la lista del Directorio de Recursos, hay una gran variedad de servicios de asistencia de comida disponibles en el Condado de Montgomery que no están incluidos aquí ya que no están abiertos al público en general y sólo están disponibles a una población específica limitada. Sin embargo, los residentes pueden preguntar en sus escuelas, complejos residenciales que recursos de asistencia de comida adicionales hay disponibles. Estos programas incluyen bolsa de comida para adultos mayor, bolsas con comidas para niños, Enlaces para el Aprendizaje, Merienda y cena escolar, comidas gratis o a precio reducido en la escuela y el programa de servicio de comida durante el verano.

El Plan de Seguridad Alimentaria del Condado de Montgomery provee un resumen comprensivo de todos los programas de asistencia de comida disponible a todos los residentes: [www.montgomerycountymd.gov/foodsecurity](http://www.montgomerycountymd.gov/foodsecurity).

*Este Directorio de Recursos de Alimentos se actualiza anualmente, y la información es lo más precisa posible cuando se imprime, pero toda la información está sujeta a cambios. Por favor póngase en contacto directamente con los proveedores de servicios para*

# Directorio de Recursos de Asistencia de Comida en el Condado de Montgomery



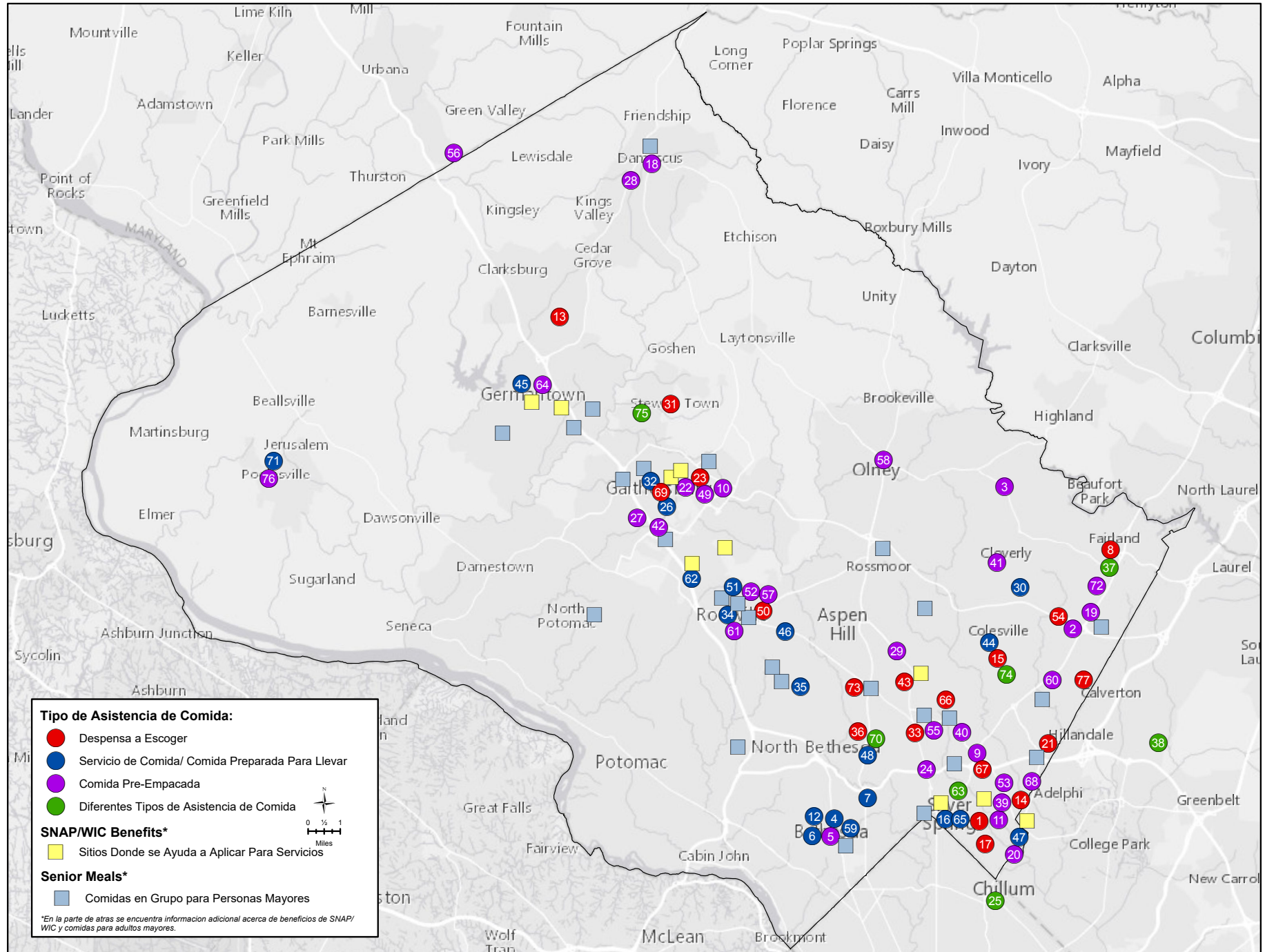
MONTGOMERY COUNTY  
FOOD COUNCIL

El Consejo de Comida del Condado de montgomery sirve como el punto de conexión central para todas las organizaciones de a fin de lucro, gobierno, negocios e individuos comprometidos a cultivar un sistema alimentario que es robusto, sostenible y equitativo.



[mocofoodcouncil.org/](http://mocofoodcouncil.org/)  
[info@mocofoodcouncil.org](mailto:info@mocofoodcouncil.org)  
[@mocofoodcouncil](https://www.instagram.com/mocofoodcouncil)

# Mapa de Recursos de Asistencia de Alimentos en el Condado de Montgomery



# Montgomery County Food Assistance Providers

#	ORGANIZACIÓN	Colaboradores	DIRECCIÓN	CONTACTO	HORAS	Tipo de Asistencia de Comida						Requerimientos					Características Especiales							
						Dispensa a Escoger	Servicio de Comidas	Comida Pre-Empacada	Comida con Descuento	Mercado Móvil	Comidas Preparadas	Se Requiere Cita	Documentación Requerida	Pago por Servicio	Servicio sin Cita	Servicios Limitados	Idioma	Envío a Casa	Beneficios del Gobierno	Adaptaciones para Dietas Especiales	Frutas y Verduras Frescas	Otros Servicios		
1	Adventist Community Services of Greater Washington	C, M	501 Sligo Avenue, Silver Spring, 20910	301-585-6556 • www.acsgw.org	Mon-Thu 10AM-4PM	✓						✓	✓		✓				✓	✓	✓			
2	Allen Chapel AME Church Outreach	S, C	2518 Fairland Road, Silver Spring, 20904	301-404-2688 • dotboddie@yahoo.com	2nd & 4th Sat 8AM-10AM			✓					✓		✓			✓			✓			
3	Ashton United Methodist Church		17314 New Hampshire Avenue, Ashton, 20861	301-774-7100 • www.ashtonchurch.org aumc@ashtonchurch.org	Mon-Fri 9:30AM-3:30PM			✓						✓										
4	Bethesda Cares, Inc	C	7728 Woodmont Avenue, Bethesda, 20814	301-907-9244 • www.BethesdaCares.org info@bethesdacares.org	Mon-Fri 9AM-11AM		✓							✓			S	✓		✓	✓			
5	Bethesda Help			301-365-2022 • www.bethesdahelp.org info@bethesdahelp.org	Mon-Fri 9AM-4PM			✓				✓						✓			✓			
6	Bethesda Presbyterian		Bethesda, 20814	301-986-1137 www.bethesdapresbyterian.org/saturdaylunch/	Sat 10AM-12PM		✓							✓			S							
7	Bethesda-Chevy Chase Meals on Wheels, Inc.		8814 Kensington Parkway, Chevy Chase, 20815	301-654-4610 • edrastatter@yahoo.com	Mon-Fri 8:30AM-11 AM						✓		✓				P,S	✓		✓	✓			
8	Burtonsville Elementary School	C		301-989-5654	1st Tues of the month 5PM	✓								✓	✓		ASL, F, G, P, R, S, etc				✓			
9	Caribbean Help Center	M		301-593-6922	Call for info			✓				✓					F					✓		
10	Celestial Manna			240-350-1456 • www.celestialmanna.org celestialmanna@gmail.com	Call for appointment			✓				✓	✓							✓	✓	✓		
11	Community Health and Empowerment through Education and Research	M		301-589-3633 • www.communitycheer.org/ bruce@communitycheer.org	Call for info			✓				✓	✓				Am,E,S	✓		✓	✓	✓		
12	Christ Evangelical Lutheran Church of Bethesda			www.christlutheranbethesda.org	16th-31st of the month 12:40PM-1PM		✓							✓										
13	Clarksburg Community Assistance Network (C-CAN)		Boyd's, 20841	240-308-0867 • www.clarksburgcan.org ClarksburgCAN@gmail.com	1st & 3rd Tues 5PM-8PM and Sat 9AM-12PM	✓							✓									✓		
14	Clifton Park Baptist Church	C, M	Silver Spring, 20903	301-434-2456 • www.cpbc.net	1st Sat of the month 8:30AM-12PM									✓			S				✓	✓		
15	Colesville Presbyterian Church		12800 New Hampshire Ave., Silver Spring, 20904	301-424-1130 • www.manna.org.referrals@manna.org	4th Friday 3-7PM	✓						✓	✓				S			✓	✓	✓		
16	Community Vision Interfaith Works Empowerment Center		8106 Georgia Ave, Silver Spring		Mon-Fri 8:30AM-6PM		✓						✓				S						✓	
17	Crossroads Community Food Network		Takoma Park, 20912	www.crossroadscommunityfoodnetwork.org info@crossroadscommunityfoodnetwork.org	Wed 11AM-3PM				✓					✓			S					✓	✓	
18	Damascus Help, Inc.	S	Damascus, 20872	301-253-4100 • www.damascushelp.org dh20872@aol.com	Mon-Sat 9AM-5PM			✓					✓				F,S,R	✓			✓	✓		
19	East County Reg. Services Ctr.		3300 Briggs Chaney Rd, Silver Spring, 20904	301-424-1130 • www.manna.org • referrals@manna.org	Friday 2-4PM			✓				✓	✓				S			✓	✓	✓		
20	EduCare Support Services, Inc.	C	Takoma Park, 20912	240-450-2092 • www.educare-supportservices.org educare_ss@aol.com	1st Sat 11AM-2PM or Call for appointment			✓				✓	✓					✓	✓			✓	✓	
21	Episcopal Church Of Our Savior		Silver Spring, 20903	301-439-5900 • www.episcopalcos.org churchoffice@episcopalcos.org	Mon-Fri 9AM-5PM	✓								✓							✓			
22	Family Services, Inc.		630 E. Diamond Ave., Gaithersburg, 20877	301-424-1130 • www.manna.org.referrals@manna.org	Thursdays 5-7PM			✓				✓	✓				S			✓	✓	✓		
23	First African Methodist Episcopal Church of Gaithersburg		Gaithersburg, 20877	240-632-9760 • www.firstamegaithersburg.org/food-programs/ • choffice@firstamegaithersburg.org	Wed 12PM-2PM, 4th Sat 8:30AM-10:30AM	✓							✓	✓			S					✓		
24	First Baptist Church of Silver Spring	C, M	Silver Spring, 20901	http://www.fbcss.org/ministries.htm#Food	Sat 10AM-12PM			✓					✓				S			✓			✓	
25	Food & Friends	C, S	Washington DC, 20011	202-269-2277 • www.foodandfriends.org info@foodandfriends.org	Mon-Sat 10AM-3PM			✓			✓		✓				S	✓		✓	✓	✓	✓	
26	Gaithersburg Community Soup Kitchen Inc. 'The Lord's Table'	C, S	201 South Frederick Avenue, Gaithersburg, 20877	301-330-5812	Mon-Fri 3:30PM-4:30PM, Sept-June		✓							✓									✓	
27	Gaithersburg HELP	C	301 Muddy Branch Road, Gaithersburg, 20878	301-216-2510 • www.gaithersburghelp.org	Call for appointment			✓				✓	✓				S			✓	✓	✓	✓	
28	Germantown HELP, Inc.		Germantown, 20875	301-482-1320 • www.gtownhelp.org info.gtownhelp@gmail.com	Call for info			✓				✓						✓					✓	
29	Glenmont United Methodist Church	C, M	12901 Georgia Avenue, Silver Spring, 20906	301-424-1130 • www.manna.org • referrals@manna.org	Tuesdays 4-7PM			✓				✓	✓				S			✓	✓	✓	✓	
30	Good Hope United Methodist Church		Silver Spring, 20905	301-879-8100 • www.goodhopeunion.org/ secretaryghu@goodhopeunion.org	1st Mon of month 6PM-8PM		✓							✓			S						✓	
31	Goshen United Methodist Church	S	Gaithersburg, 20879	240-683-5530 • www.goshenunited.org/ goshen_umc@comcast.net • deebw10@aol.com	Call for info				✓					✓										
32	Grace United Methodist Church		Gaithersburg, 20877	301-926-8688 • www.graceumc.org/local-outreach/ graceumc@graceumc.org	Mon-Fri 9AM-2PM									✓										
33	Hughes Neighborhood Housing		Silver Spring, 20902	240-706-0411	3rd Wed of month 8AM-4PM						✓			✓			F,S						✓	
34	Interfaith Works	M	Rockville, 28050	301-762-8682 • www.iworksmc.org yesipila@iworksmc.org	Call for info		✓						✓							✓	✓	✓	✓	
35	Jewish Social Service Agency		6123 Montrose Road, Rockville, 20852	301-816-2639 • https://www.jssa.org • dhaysearp@jssa.org	Mon-Fri 9AM-5PM							✓	✓					R	✓				✓	

37	Liberty Grove United Methodist Church	M	15225 Old Columbia Pike, Burtonsville, 20866	301-421-9166 • www.libertygrovechurch.org Communitysupper@libertygrovechurch.org	2nd & 4th Thurs 6PM-7:30PM		✓	✓									✓	✓	
38	Lighthouse Ministries International, Inc.		Beltsville, 20705	301-477-1074 • www.LHMIInc.org boldpantry@lhmiinc.org	Wed 7PM & Sun 1PM		✓		✓	✓				✓				✓	✓
39	Long Branch Community Center		8700 Piney Branch Rd, Silver Spring, 20901	301-424-1130 http://www.manna.org referrals@manna.org	Wednesdays 4-7PM			✓				✓	✓			S		✓	✓
40	Luther Rice Memorial Baptist Church	C	801 University Boulevard West, Silver Spring, 20901	301-593-1130 • www.Lutherricechurch.org Lutherrice@aol.com	Wed 10AM-12PM			✓						✓					✓
41	Lutheran Church of St. Andrew		Silver Spring, 20905	301-384-4394 • www.mystandrew.org office@mystandrew.org	Mon-Fri 9AM-5PM			✓						✓		S			✓
42	Manna Food Center Main Warehouse	C	9311 Gaither Rd, Gaithersburg, 20877	301-424-1130 • www.manna.org • referrals@manna.org	Monday-Friday 12-3PM			✓				✓	✓			S		✓	✓
43	McCarrick Family Center	C	Silver Spring, 20902	301-942-1790 • www.CatholicCharitiesDC.org	Mon Wed Fri 9AM-4PM	✓				✓			✓	✓		Am,F,S		✓	✓
44	Meals on Wheels of Colesville		13100 Andrew Dr., Silver Spring, 20904	301 384-7440	Mon-Fri 9:30AM-1PM		✓										✓		
45	Meals on Wheels of Germantown	C		301-706-0262 • www.mowgermantown.com	Mon-Fri 10:30AM-1PM		✓					✓		✓			✓	✓	✓
46	Meals on Wheels of Rockville		P.O. Box 465, Rockville, 20848	301 340-1559	Thursday 8AM-12PM		✓							✓			✓		
47	Meals on Wheels of Takoma Park/ Silver Spring	S	7410 New Hampshire Avenue, Takoma Park, 20912	301-434-1922 • www.mowtakoma.org mowtakoma@gmail.com	Mon-Fri 9AM-1PM					✓	✓		✓	✓			✓	✓	✓
48	Meals on Wheels of Wheaton	S,C,M	10101 Connecticut Avenue, Kensington, 20895	301-942-1111 • www.mowwheaton.org	Mon-Fri 8AM-1PM		✓						✓	✓			✓		
49	Mercy Seat Chapel		Gaithersburg, 20877	301-740-8118 • www.mercyseatchapel.org lizzybanjuma70@yahoo.com	Tues&Thurs 11AM-6PM			✓				✓						✓	✓
50	Mid-county United Ministries	C	751 Twinbrook Parkway, Rockville, MD	301-929-8675 • www.mumhelp.org • office@mumhelp.org	Tue-Thu 9AM-4PM; Sat 9AM-11:30AM	✓				✓			✓	✓		S			✓
51	Montgomery County Senior Nutrition Program			240-777-3810	Call for info		✓					✓				C,K,S,V			✓
52	Mount Calvary Baptist Church	C	Rockville, 20850	301-424-8717	4th Saturday of the month; 11AM-4PM			✓						✓		S			✓
53	Mount Jezreel Baptist Church Food Bank	C	420 University Boulevard East, Silver Spring, 20901	301-384-3951 • www.mtjezreel.com kindbea48@comcast.net	1st Sat of month 10AM-2PM; 3rd Thu of month 4PM-7PM			✓					✓	✓				✓	✓
54	Nations United Baptist Church	C	Silver Spring, 20904	301-437-6727 • https://www.facebook.com/FoodPantryNationsUnited/ • marham77@msn.com	3rd Thu of the month 5PM-8PM	✓							✓	✓		P,S			✓
55	New Creation Church	M, C	11005 Dayton Street, Silver Spring, 20902	301-649-6000 • http://www.newcreationmd.org/ministries/ food-distribution • office@newcreationmd.org	4th Tue of month 11AM-3PM, 2nd Sat of month 10AM-12PM			✓						✓		S		✓	✓
56	New Hope Christian Church		751 Twinbrook Parkway, Rockville, MD	301-515-3260 • www.facebook.com/newhopechristian-churchmd • newhopecc00@gmail.com	Call for appointment			✓				✓					✓		✓
57	Nourish Now	C	1111 Taft Street, Rockville, 20850	301-330-0222 • www.nourishnow.org info@nourishnow.org	Call for appointment			✓				✓				S		✓	✓
58	Olney Help, Inc.		PO Box 430, Olney, MD 20830	301-774-4334 • www.olneyhelp.org help@olneyhelp.org	Call for appointment			✓						✓		S	✓	✓	✓
59	OLOL Sunday Night Meal	M	Bethesda, 20814	301-654-1287 • www.bethesdalourdes.org/	Sun 4:30PM-6PM		✓							✓					
60	Rainbow Community Development Center	C	2120-A Industrial Parkway, Silver Spring, 20904	301-625-2561 • www.rainbowcdc.org	Tue & Thu 3PM-6PM			✓				✓	✓			F,S		✓	✓
61	Rockville Help	C		301-564-0800	Call for appointment			✓				✓				S	✓		✓
62	Rockville Senior Center		1150 Carnation Drive, Rockville, 20850	240-314-8810 • www.rockvillemd.gov/seniorcenter seniorcenter@rockvillemd.gov	Mon-Fri 8:30AM-10:45AM, 12PM		✓					✓		✓					
63	Saint Luke Lutheran Church		9100 Colesville Road, Silver Spring, 20910	301-588-4363 • www.saintluke.us	Tue-Thu 9AM-1PM	✓		✓				✓				S		✓	✓
64	Salvation Army		20021 Aircraft Drive, Germantown, 20874	301-424-1130 • www.manna.org • referrals@manna.org	Thursdays 2-4PM			✓				✓	✓			S		✓	✓
65	Shepherd's Table	C	8106 Georgia Ave, Silver Spring, 20910	301-585-6463 • www.shepherdstable.org haileg@shepherdstable.org	Mon-Fri: 7:30-8:30AM, 12-1PM, 6-7PM, Sat & Sun: 10:30-11:15AM		✓							✓		Er,Et,S			✓
66	Silver Spring Christian Reformed Church	C	1501 Arcola Avenue, Silver Spring, 20902	301-649-4109 • www.sscr.org • foodpantry@sscr.org	3rd Tuesday of month 4PM-8PM	✓								✓		S		✓	
67	Silver Spring United Methodist Church		33 University Blvd E, Silver Spring, 20910	301-424-1130 • www.manna.org • referrals@manna.org	2nd and 4th Saturday 10AM-12PM	✓						✓	✓			S		✓	✓
68	St. Camillus Food Pantry	C	1600 St. Camillus Drive, Silver Spring, 20903	301-434-8400 • www.stcamillusfoodpantry.org stcamillusfoodpantry@gmail.com	Fri 3PM-5PM; Sat 10AM-12PM			✓					✓	✓		Cr,F,S		✓	✓
69	St. Martin of Tours Catholic Church		Gaithersburg, 20877	301-990-7373 • www.stmartinsweb.com social-concerns@stmartinsweb.com	Mon 6AM-12PM	✓								✓		C,F,S			✓
70	St. Paul's United Methodist Church	C	Kensington, 20895	240-723-6642 • www.stpaulsk.org	1st Monday of the Month	✓	✓	✓				✓				S		✓	✓
71	St. Peter's Episcopal Church		20100 Fisher Avenue, Poolesville, 20837	301-349-2073 • www.saintpetersnet.org ann@saintpetersnet.org	Mon-Fri 11:15AM-12PM		✓							✓	✓				✓
72	The Church of the Resurrection		3315 Greencastle Road, Burtonsville, 20866	301-236-5200 https://www.resurrectiondw.org kford@resurrectiondw.org	Mon-Fri 11AM-4PM; Sat 9AM-12PM			✓					✓						✓
73	The Senior Connection		3950 Ferrara Drive, Silver Spring, 20906	301-962-0820 • www.seniorconnectionmc.org info@seniorconnectionmc.org	Mon-Fri 9AM-4PM	✓						✓			✓		✓		✓
74	Washington Spanish Church	C	12604 New Hampshire Avenue, Silver Spring	301-622-3535 • www.waspsda.org	2nd & 4th Fri of month	✓		✓						✓		S			✓
75	Women Who Care Ministries	C	Montgomery Village, 20886	301-963-8588 • www.womenwhocareministries.org info@womenwhocareministries.org	Mon-Fri 10AM-4PM	✓		✓				✓	✓					✓	✓
76	WUMCO Help, Inc.		17550 W. Willard Road, Poolesville, 20837	301-972-8481 • www.wumcohelp.org wumco2@gmail.com	Call for appointment			✓				✓					✓		✓
77	Young Professionals Forum		Silver Spring, 20904	www.yppfinc.org • info@yppf.org	Holidays and Fridays 9AM-5PM	✓						✓	✓			S		✓	✓

**Colaborador**

Capital Area Food Bank = C  
Manna = M  
Share = S

**Idioma**

Amhárico = Am  
Lenguaje de Señas = ASL  
Cantonés = Ca  
Chino = C  
Croata = Cr  
Eritreo = Er  
Etiopé = Et  
Francés = F  
Alemán = G  
Haitiano Criollo (H)  
Coreano = K  
Mandarín = M  
Portugués = P  
Ruso = R  
Español = S  
Vietnamita = V